

สมาคมผู้ปกครองคนพิการทางสติปัญญาแห่งประเทศไทย

ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับคนพิการและความพิการ

การให้ความช่วยเหลือ/ดูแลคนพิการในการทำกิจวัตรประจำวัน

คนพิการทางสติปัญญาจะมีหน้าตาที่ไม่เหมือนกัน
บางคนที่เขาเรียกเด็กดาวน์ จะมีลักษณะหน้าตาแบบนี้





ส่วนเด็กพิการทางสติปัญญาที่หน้าตาเหมือนคนปกติ





ระดับความรุนแรงของคนพิการทางสติปัญญา แบ่งออกเป็น 4 ระดับ



ระดับน้อย (Mild Mental Retardation)

มีระดับไอคิวอยู่ในช่วง 50-69 อาจไม่แสดงอาการล่าช้าจนกระทั่งวัยเข้าเรียน (แต่ถ้าสังเกตอย่างละเอียดแล้ว จะพบว่าเด็กเหล่านี้มีความสามารถต่ำกว่าเกณฑ์อย่างเห็นได้ชัดเจนตั้งแต่วัยอนุบาล) มักไม่มีอาการแสดงทางร่างกาย ทางบุคลิกภาพ หรือทางพฤติกรรมใดโดยเฉพาะ ที่บ่งบอกถึงความบกพร่องทางสติปัญญา ยกเว้นกลุ่มอาการที่มีลักษณะพิเศษทางรูปร่างหน้าตา ปรากฏให้เห็น ก็จะทำให้สามารถวินิจฉัยได้ตั้งแต่แรกเกิด หรือในวัยทารก

เด็กในกลุ่มนี้สามารถพัฒนาทักษะด้านสังคม และการสื่อความหมายได้เหมือนเด็กทั่วไป แต่มักมีความบกพร่องด้านประสาทสัมผัส และการเคลื่อนไหว สามารถเรียนรู้ได้ (educable) ทักษะทางวิชาการมักเป็นปัญหาสำคัญที่พบในวัยเรียน แต่ก็สามารถเรียนจนจบชั้นประถมปลายได้ สามารถฝึกทักษะด้านสังคมและอาชีพพอที่จะเลี้ยงตัวเองได้ เป็นแรงงานที่ไม่ต้องใช้ทักษะฝีมือ หรือกึ่งใช้ฝีมือ แต่อาจต้องการคำแนะนำและการช่วยเหลือบ้างเมื่อประสบความเครียด

ระดับปานกลาง (Moderate Mental Retardation)

มีระดับไอคิวอยู่ในช่วง 35-49 ในช่วงขวบปีแรก มักจะมีพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหวปกติ แต่พัฒนาการด้านภาษาและด้านการพูดจะล่าช้า ซึ่งจะเห็นได้ชัดเจนในช่วงวัยเตาะแตะ การศึกษาหลังจากระดับชั้นประถมต้น มักไม่ค่อยพัฒนา

สามารถฝึกอบรมได้ (trainable) ในทักษะการช่วยเหลือ ดูแลตนเอง เรียนรู้ที่จะเดินทางได้ด้วยตนเองในสถานที่ที่คุ้นเคย และฝึกอาชีพได้บ้าง สามารถทำงานที่ไม่ต้องใช้ทักษะฝีมือ แต่ควรอยู่ภายใต้การกำกับดูแลอย่างใกล้ชิด



ระดับความรุนแรงของคนพิการทางสติปัญญาแบ่งออกเป็น 4 ระดับ

ระดับรุนแรง (Severe Mental Retardation)

มีระดับไอคิวอยู่ในช่วง 20-34 มักจะพบทักษะทางการเคลื่อนไหวล่าช้าอย่างชัดเจน ด้านภาษาพัฒนาเล็กน้อย ทักษะการสื่อความหมายมีเพียงเล็กน้อยหรือไม่มี พอจะฝึกฝนทักษะการดูแล ตนเองเบื้องต้นได้บ้างแต่น้อย ดำรงชีวิตอยู่ในสังคมภายใต้การควบคุมดูแลอย่างเต็มที่ การทำงานต้องการโปรแกรมในชุมชน หรือการให้ความช่วยเหลือที่พิเศษเป็นการเฉพาะ

ระดับรุนแรงมาก (Profound Mental Retardation)

มีระดับไอคิวต่ำกว่า 20 มีพัฒนาการล่าช้าอย่างชัดเจนในทุก ๆ ด้าน มักมีพัฒนาการด้านการเคลื่อนไหว และฝึกการช่วยเหลือตนเองได้บ้าง มีขีดจำกัดในการเข้าใจและการใช้ภาษาอย่างมาก ต้องการความช่วยเหลือดูแลอย่างใกล้ชิดตลอดเวลา



สิทธิพื้นฐานที่ผู้พิการไม่รู้



อุปกรณ์เครื่องช่วยฟัง



แท็กซี่สำหรับคน
พิการและผู้สูงอายุ
ติดต่อ 02-294-6524



สามารถร้องขอ
ผู้ช่วยคนพิการได้



ขอบริการล่ามภาษามือ



เรียน ป.ตรี ฟรีตลอดชีพ
โดยไม่มีค่าใช้จ่าย





ผู้ดูแลคนพิการมีสิทธิ์
หักลดหย่อนภาษีได้



เดินทางโดยรถขนส่งสาธารณะฟรี
แต่เครื่องบินได้รับส่วน
ลดราคา 50 %



นายจ้าง / ผู้ประกอบการ
นำเงินค่าจ้างคนพิการ
ไปลดหย่อนภาษีได้



บริการสาธารณะ อาคาร
รถ ยานพาหนะ ร้องเรียน



คนพิการได้รับการ
ช่วยเหลือทางกฎหมาย

กรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ โทร. 0 2354 3388
ศูนย์ช่วยเหลือสังคม กระทรวงการพัฒนาสังคมและความมั่นคงของมนุษย์ สายด่วนโทร. 1300

การช่วยเหลือดูแลเด็กพิการทาง สติปัญญา ในทุก ๆช่วงอายุของคนพิการทางสติปัญญา



วัยแรกเกิด - 5 ขวบ

- ถ้าเจอไว แนะนำให้ครอบครัวพาน้องเข้ารับการรักษาและรับการฝึกพัฒนาการจากโรงพยาบาล เพื่อให้โรงพยาบาลประเมินความพิการแล้วออกใบรับรองความพิการเพื่อทำบัตรคนพิการ

วัย 5 ขวบ - 18 ปี

- **เป็นวัยที่ต้องเข้ารับการศึกษา ถ้าเด็กมีบัตรพิการสามารถที่จะเข้ารับการศึกษาโดยไม่เสียค่าใช้จ่าย สถานที่คือศูนย์การศึกษาพิเศษประจำจังหวัด**

วัย 18 ปีขึ้นไป

- วัยทำงาน คนพิการทางสติปัญญาที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป ควรได้รับการส่งเสริมอาชีพหรือการจ้างงานเพราะคนพิการบางคนสามารถทำงานได้และช่วยเหลือครอบครัวประกอบอาชีพได้

การช่วยเหลือดูแลเด็กพิการทางสติปัญญา

ในการทำกิจวัตรประจำวัน

คำแนะนำเบื้องต้นสำหรับผู้ช่วยเหลือคนพิการ

ผู้ช่วยเหลือ ควรให้การส่งเสริมพัฒนาการและฝึกทักษะที่จำเป็นในการช่วยเหลือตนเองในชีวิตประจำวันแก่เด็กให้เร็วที่สุด เพื่อนำไปสู่พัฒนาการที่ดีขึ้น หลักการส่งเสริมพัฒนาการ คือ จัดสภาพแวดล้อมให้เอื้ออำนวยต่อการเรียนรู้ของเด็ก




NEW YORK




การช่วยเหลือดูแลเด็กพิการทางสติปัญญา
ในการทำกิจวัตรประจำวัน

การช่วยเหลือคนพิการทางสติปัญญาเน้น การฟื้นฟูสมรรถภาพของสมองและร่างกาย มีเป้าหมายหลักคือ เพื่อให้เด็กช่วยเหลือตนเองได้มากที่สุด สามารถดำเนินชีวิตในสังคมได้ใกล้เคียงกับคนปกติ สามารถประกอบอาชีพได้ตามศักยภาพ ไม่เป็นภาระแก่ครอบครัวและสังคมมากเกินไป








คนพิการต้องได้รับการฝึกให้ทำกิจวัตรประจำวันด้วยตนเอง เพื่อให้สามารถช่วยเหลือตนเองได้มากที่สุด ลดภาระผู้ดูแลและครอบครัว ตลอดจนเป็นการสร้างเสริมความมั่นใจและความภาคภูมิใจในตัวเอง ในการฝึกควรพิจารณาความสามารถเบื้องต้นของคนพิการ เพื่อให้เลือกวิธีการสอนให้เหมาะสมกับความพิการแต่ละคน





เมื่อเด็กทำสำเร็จ หรือตั้งใจทำ

แม้เป็นเพียงสิ่งเล็กน้อยก็ตาม ควรให้แรงเสริมทางบวก เช่นคำชม การกอด

เมื่อเด็กทำได้ด้วยตัวเอง ก็ค่อย ๆลดความช่วยเหลือลง จนเด็กทำเองได้ทั้งหมด

การฝึกต้องทำอย่างต่อเนื่อง และสม่ำเสมอ ให้ระลึกไว้เสมอว่าเด็กพิการทางสติปัญญามีการรับรู้ และการเรียนรู้ช้ากว่าคนทั่วไป ดังนั้นผู้ฝึกต้องมีความอดทนและใจเย็น







การฝึกต้องทำอย่างต่อเนื่อง และสม่ำเสมอ ให้ระลึกไว้เสมอว่าเด็กมีการรับรู้ และการเรียนรู้ช้ากว่าคนทั่วไป ดังนั้นผู้ฝึกต้องมีความอดทนและใจเย็น









หลักการฝึกเด็กที่มีความบกพร่องทางสติปัญญาด้านการช่วยเหลือตนเอง

การฝึกเด็กพิการทางสติปัญญาในการช่วยเหลือตนเองในการใช้ชีวิตประจำวัน ต้องคำนึงถึงวุฒิภาวะทางสมองของผู้รับการฝึกว่าล้าช้ากว่าคนปกติแค่ไหน ดังนั้นผู้สอนจะต้องประเมินและวางแผนการฝึกให้สอดคล้องกับอายุสมองของคนพิการ

ยอมรับความสามารถของคนพิการ อย่าตามใจและคอยช่วยเหลือ เพราะจะเป็นการทำร้ายเขาทำให้เขาไม่สามารถช่วยเหลือตนเองได้

พยายามให้คนพิการช่วยเหลือตนเองให้มากที่สุด แม้บางคนจะมีความพิการซ้ำซ้อนของการควบคุมกล้ามเนื้อต่างๆ เช่นไม่สามารถตักข้าวใส่ปากโดยไม่หกได้ หรือติดกระดุมเสื้อเองได้ จะต้องพยายามฝึกทีละน้อยๆให้เด็กหรือคนพิการทางสติปัญญารับประทานได้เอง แต่งตัวได้เอง เข้าห้องน้ำได้เอง จะแบ่งเบาภาระผู้ปกครองได้

4. **หลักการสอน** การสอนซ้ำๆและใช้เวลาสอนมากกว่าเด็กปกติและใช้การสอนหลายๆวิธี ดังนั้นผู้สอนจะต้องเตรียมอุปกรณ์การสอนไม่ให้เด็กหรือคนพิการทางสติปัญญาเบื่อ

การเสริมแรงที่เหมาะสมกับบุคคลที่มีความบกพร่องทางสมองมี 2 ประเภท

1. การเสริมแรงทางสังคม เช่นการยิ้ม การพยักหน้า การกล่าวคำชม การปรบมือ การสัมผัส เป็นต้น

2. การเสริมแรงด้วยสิ่งของ เช่น อาหาร ขนม ของเล่น เสื้อผ้า เงิน เป็นต้น





วิธีการสอน

1. การสอนโดยสาธิต เป็นการทำตัวอย่างให้เด็กหรือคนพิการทางสติปัญญาได้ดูก่อน





2. **การสอนด้วยคำพูด เป็นการพูดบอก หรือใช้คำสั่งให้เด็กหรือคนพิการทางสติปัญญาทำตามเป็นคำสั่งง่าย ๆและชัดเจน สั้น ๆและซ้ำ ๆ**





3. การช่วยเหลือทางกาย เช่นการจับมือทำการแตะข้อศอกกระตุ้นเตือนจับแขน



4. การช่วยเหลือโดยใช้ท่าทาง เช่น การชี้ การผงกศีรษะ การสั่นหน้า การพยักหน้า



การสอนเด็กหรือคนพิการทางสติปัญญา ช่วงอายุ ของวัยเรียน

หลังจากสอนจนครบแล้ว เด็กหรือคนพิการทางสติปัญญาสามารถทำได้จากนี้ก็ทบทวนโดยให้เด็กหรือคนพิการทางสติปัญญาทำตามคำสั่ง

สิทธิของคนพิการวัย 18 ปีขึ้นไป

- วัยทำงาน คนพิการทางสติปัญญาที่มีอายุ 18 ปีขึ้นไป ควรได้รับการส่งเสริมอาชีพหรือการจ้างงานเพราะคนพิการบางคนสามารถทำงานได้และช่วยเหลือครอบครัวประกอบอาชีพได้



ทักษะการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวันคนพิการทางสติปัญญา ในช่วงอายุ 18 ปีขึ้นไป

1. สิทธิทางการแพทย์



★ การบริการฟื้นฟูสมรรถภาพทางการแพทย์
- ไม่เสียค่าใช้จ่ายในการรักษาพยาบาล (เฉพาะที่เกี่ยวข้องกับความพิการ)
- เครื่องช่วยความพิการ กายอุปกรณ์
- มีสื่อส่งเสริมพัฒนาการ

★ เพื่อปรับสภาพทางร่างกาย จิตใจ อารมณ์ สังคม พฤติกรรม สติปัญญา การเรียนรู้ หรือเสริมสร้างสมรรถภาพให้ดีขึ้น

★ การตรวจวินิจฉัย การให้ยา ศัลยกรรม
- การบริการพยาบาลเฉพาะทาง กายภาพบำบัด กิจกรรมบำบัด การแก้ไขการพูด จิตบำบัด ดนตรีบำบัด มีสื่อส่งเสริมพัฒนาการ



2. สิทธิทางการศึกษา

★ ให้สิทธิคนพิการได้รับการศึกษาขั้นพื้นฐานฟรี ถึงระดับอุดมศึกษา

★ มีสิทธิได้รับสิ่งอำนวยความสะดวก สื่อ บริการ และความช่วยเหลืออื่นๆ

3. สิทธิการมีอาชีพมีงานทำ

★ การฟื้นฟูสมรรถภาพด้านอาชีพ การคุ้มครองแรงงาน

★ การส่งเสริมการมีงานทำ การส่งเสริมการประกอบอาชีพอิสระ

★ การส่งเสริมการจ้างงานในสถานประกอบการ มาตรา 33, มาตรา 35

การกู้ยืมเงิน



- การกู้ยืมเงินกองทุนส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ วงเงินกู้ไม่เกิน 120,000 บาท/ราย โดยไม่มีดอกเบี้ย
- ผู้ดูแลคนพิการกู้แทนคนพิการได้ เฉพาะที่คนพิการกู้เองไม่ได้
- ชำระคืนรายงวด ภายใน 5 ปี
- มีบุคคลที่น่าเชื่อถือค้ำประกัน/รับผิดอย่างลูกหนี้ร่วม

4.สิทธิการเข้าไปมีส่วนร่วมทางสังคม

1. ได้รับการยอมรับและมีส่วนร่วมทางสังคม เศรษฐกิจ และการเมืองอย่างเท่าเทียม
2. สามารถเข้าถึงนโยบาย แผนงาน โครงการ บริการสาธารณะ ผลิตภัณฑ์ ที่จำเป็นในการดำรงชีวิต
3. ส่งเสริมองค์กรคนพิการให้มีความเข้มแข็ง
4. องค์กรคนพิการสามารถคุ้มครองสิทธิและจัดบริการด้วยตนเองได้

คนพิการที่ไม่มีผู้ดูแล



- มีสิทธิได้รับการจัดสวัสดิการด้านที่อยู่อาศัยและการเลี้ยงดูจากหน่วยงานของรัฐ
- ช่วยเหลือเป็นเงินหรือสิ่งของ การจัดหาครอบครัวอุปการะ การส่งเข้าอุปการะในสถานสงเคราะห์
- การจัดให้มีผู้ช่วยคนพิการ การช่วยเหลือเรื่องอื่นๆ

สิทธิของผู้ดูแลคนพิการ



- ให้คำปรึกษา แนะนำ ฝึกอบรมทักษะการเลี้ยงดูคนพิการให้ได้มาตรฐาน
- ส่งเสริมการเรียนรู้/พัฒนาทักษะเพื่อการพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ
- สนับสนุนให้มีงานทำ ทั้งรับจ้างและอาชีพอิสระ การให้สัมปทานหรือสถานที่จำหน่ายสินค้า จัดจ้างแบบเหมางานและอื่นๆ
- อุปการะเลี้ยงดูคนพิการซึ่งมีฐานะยากจน (คนพิการมีรายได้ไม่เกิน 30,000 บาทต่อปี) ผู้ดูแลหักลดหย่อนภาษีได้ 60,000 บาท ต่อคนพิการ 1 คน
- ใช้สิทธิตามมาตรา 35 เฉพาะกรณีคนพิการไม่สามารถใช้สิทธิได้
- ได้รับการอบรมความรู้และส่งเสริมการดูแลคนพิการ ต้องมีชื่อในบัตรประจำตัวคนพิการ

สิทธิการมีผู้ช่วยคนพิการ



ผู้ช่วยคนพิการ หมายถึง บุคคลซึ่งให้ความช่วยเหลือคนพิการเฉพาะบุคคลเพื่อให้สามารถปฏิบัติกิจวัตรที่สำคัญในการดำรงชีวิต

ความรู้ทั่วไปเกี่ยวกับภาวะบกพร่องทางสติปัญญา ปัญหาที่พบในบุคคลบกพร่องทางสติปัญญา

ทักษะการช่วยเหลือตนเองในกิจวัตรประจำวันคนพิการทางสติปัญญา
ในช่วงอายุ 18 ปีขึ้นไป

อิริยาบทและการเคลื่อนไหว มักใช้มือไม่ค่อยคล่อง เดิน วิ่ง ช้า อืดอาด ไม่มีความกระฉับกระเฉงการตัดสินใจ มักมีการตัดสินใจแผลง ๆ ไม่กลัวอันตราย ชอบออกนอกบ้านยามวิกาล มักขาดสมาธิและความสนใจจะทำหรือเรียนสิ่งใดก็ได้ในช่วงเวลาอันสั้น ความจำมักมีน้อย หรือ จำอะไรไม่ได้เลย แม้แต่ ชื่อพ่อ แม่ ก็จำไม่ได้ บางรายจำชื่อตนเองไม่ได้ สอนไปเรียนไปถามรู้เรื่องพอกลับมาถามอีกก็ไม่รู้เรื่อง อารมณ์ มีอารมณ์อ่อนไหวง่าย ควบคุมอารมณ์ไม่ได้เลย ใจน้อย รักแรงเกลียดแรง มักแสดงอาการเสียใจ ดีใจ โกรธ ผิดหวัง ออกมาโดยไม่มีการเสแสร้ง

อีกด้านนึ่งคนพิการทางสติปัญญา 18 ปีขึ้นไป อาจมีความพิการซ้ำซ้อน และติดเตียง ซึ่งผู้ช่วยคนพิการที่เข้ารับการอบรมในครั้งนี้ โดยหลักๆในการลงพื้นที่ของผู้ช่วยคนพิการ ดูเรื่องสุขอนามัยของคนพิการ เช่น การอาบน้ำ การตัดเล็บ ตัดผม เป็นต้น ถ้าคนพิการติดเตียงก็ต้องดูในเรื่องของคนพิการมีแผลกดทับไหม ถ้ามีก็ทำความสะอาดแผลให้คนพิการ



ขอขอบคุณผู้เข้าอบรมผู้ช่วยคนพิการหวังว่าการให้ข้อมูลเบื้องต้นของ
สมาคมผู้ปกครองคนพิการทางสติปัญญาแห่งประเทศไทย
จะเป็นประโยชน์ต่อท่านผู้เข้าอบรมได้นำไปใช้กับคนพิการทาง
สติปัญญาต่อไป



นายสุชาติ โอวาทวรรณสกุล
นายกสมาคมผู้ปกครองคนพิการทางสติปัญญาแห่ง
ประเทศไทย

นางสาวสราญภัทร อนุมัติราชกิจ
อธิบดีกรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพ
ชีวิตคนพิการ

ขอขอบคุณ กรมส่งเสริมและพัฒนาคุณภาพชีวิตคนพิการ ที่จัด
อบรมหลักสูตรผู้ช่วยคนพิการเพื่อช่วยเหลือคนพิการอย่างทั่วถึง



